

# Credința și fapta

Apariție  
neîntreruptă  
din anul 2002.

Foaie duminicală a parohiei "Toma Cozma"

*Duminica izgonirii lui Adam din Rai (a Lăsatului sec de brânză)*

## Evangelhia duminicii

Ev. Matei 6, 14-21

Zis-a Domnul: Dacă veți ierta oamenilor greșelile lor, va ierta și vouă Tatăl vostru Cel ceresc; iar dacă nu veți ierta oamenilor greșelile lor, nici Tatăl vostru nu vă va ierta greșelile voastre. Când postiți, nu fiți triști ca fățarnicii; că ei își întunecă fețele, ca să se arate oamenilor că postesc. Adevărat grăiesc vouă: și-au luat plata lor. Tu însă, când postești, unge capul tău și fața ta o spală, ca să nu te arăți oamenilor că postești, ci Tatălui tău, Care este în ascuns, și Tatăl tău, Care vede în ascuns, îți va răsplăti ție. Nu vă adunați comori pe pământ, unde molia și rugina le strică și unde furii le sapă și le fură, ci adunați-vă comori în cer, unde nici molia, nici rugina nu le strică și unde furii nu le sapă și nu le fură. Căci unde este comoara voastră, acolo va fi și inima voastră.



## Rețetă de exersare a virtuților în timpul Postului Mare

**Să crească rugăciunea!**

**Să crească lectura!**

**Să crească virtutea!**

În fiecare seară să privegheați mai mult în rugăciune!  
Să înceteze cuvintele! Să lipsească discuțiile, pentru că, prin tăcere, veți reuși totul!

**Sfântul și Marele Post** este o perioadă de exersare a virtuții. Anotimpul acesta reînnoiește natura. Vedem toți copacii cum revin la viață. Scot noi frunze și flori și se pregătesc pentru a rodi. Și astfel să completeze paguba altor ani. Același lucru trebuie să facă și omul. În fiecare an trebuie să dobândească o nouă viață, o nouă râvnă, o nouă putere, o dragoste dumnezeiască, pentru a da naștere unor noi roade de virtuți, pe care să le oferim Binefăcătorului Dumnezeu. Însă **vremea pentru rodnicia pomilor** este primăvara. La fel și **vremea virtuților** este Sfântul și Marele Post, când vom munci pentru a completa îndatoririle și pagubele anilor trecuți.

Sfântul Cuvios Antim din Chios, doxologia.ro

**Pornind de la argumentația Domnului și Mântuitorului nostru Iisus Hristos în Predica de pe Munte și redată în pericopa evanghelică de mai sus, ziua de astăzi mai poartă denumirea și de „Duminica Iertării”. Având în vedere că de mâine începe Postul Mare, pregătirea noastră pentru urcușul duhovnicesc al postului trebuie să includă și împăcarea cu cei cu care avem vreo pricină, supărare, nemulțumire sau frustrare. Răsadul cel bun al ostenețelor și postirii noastre trebuie așezat în terenul sănătos al păcii, reconcilierii și armoniei sociale.**

**IERTAȚI-MA, FRAȚILOR  
ȘI DUMNEZEU SĂ VĂ IERTE!**

**În această duminică, se face și Lăsatul secului. De mâine, Biserica a rânduit să consumăm produse vegetale.**

**Vă doresc tuturor asceză cu multe și frumoase realizări duhovnicești și post binecuvântat!**

*Pr. Mihai Mărgineanu*

## Să pășim cu inima curată în Postul Mare

Cu **Duminica Izgonirii lui Adam din Rai** încheiem perioada pregătitoare și deschidem calea **Postului Mare**: cele șapte săptămâni înaintea Sfințelor Paști. Ne aflăm la un moment de răscruce, o culme și un hotar...

În fiecare duminică ni s-au înfățișat două căi: smerenia vameșului am văzut-o față-n față cu mândria fariseului; pocăința fiului risipitor ni s-a arătat față-n față cu îndărătnicia și mândria fratelui său; binecuvântarea a despărțit pe cei de-a dreapta Marelui Judecător de blestemul pe care l-au primit cei de-a stânga Lui. Sfânta Biserică ne pune în față această alternativă ca să ne adâncim în noi înșine și să vedem: suntem ca vameșul, smeriți, sau suntem mândri ca fariseul. Retrăim pocăința fiului rătăcit, dar întors, sau suntem ca fratele cel mare, îndărătnici și mândri? Putem nădăjdui la binecuvântare sau trebuie să ne temem de blestem?

În Predica de pe munte, Iisus spune: **„Intrați prin poarta cea strâmtă, căci largă este poarta și lată este calea care duce la pieire și mulți sunt cei care apucă pe ea. Și strâmtă este poarta și îngustă este calea care duce la viață și puțini sunt care o află”** (Matei 7, 13-14). Noi singuri alegem calea. Izgonirea și iertarea ne sunt înfățișate ca un semnal de alarmă, dar și ca un îndemn în vederea Paștelui...

A venit vremea acestei schimbări. Sfânta Biserică ne pregătește prin cele două căi puse înainte. Alege creștine, alege tu, omenire, vrei să fii al lui Dumnezeu sau al satanei? **Ești liber să alegi și ai minte să descifrezi ce este bine și ce este rău. Să nu iei binele drept rău și răul drept bine.** Trebuie să pășim cu inima curată în Postul cel Mare, în vederea Paștelui, a trecerii noastre de la omul trupesc la omul duhovnicesc, pentru ca nu numai cu gura, dar și cu strunele sufletelor noastre să putem cânta „Hristos a Înviat!”.

(**Preotul Boris Răduleanu**, *Semnificația Duminicilor din Postul Mare*, doxologia.ro)

(Continuare din numărul trecut)

## O sinteză a activității Arhiepiscopiei

### MISIUNEA DE A CĂLĂUZI ÎNTRU VIAȚĂ

**Sectorul de misiune, statistică și prognoză pastorală** a continuat și în anul 2024 proiectele din anii precedenți, venind în sprijinul preoților și în întâmpinarea nevoilor sufletești ale credincioșilor din eparhie.

Au fost organizate **zece conferințe preoțești de primăvară** și **zece conferințe preoțești de toamnă**, iar la Centrul Cultural-Pastoral „Sfântul Daniil Sihastrul” de la Mănăstirea Durău au fost organizate **trei conferințe preoțești** cu tema „*Cercul misionar – mediu de frățietate și întrajutorare a preoților, în Hristos*”. Misionarii protopopești au efectuat **226 vizite pastorale** și au participat la **240 întâlniri ale Cercurilor misionare**.

**Departamentul Misiune pentru Tineret** a oferit pentru **16.381 de tineri** din eparhia noastră oportunitatea de a participa la **Tabăra Nemțșor**, **Tabăra copiilor de preot**, **Tabăra din Pridvorul Satului**, **Tabăra din Tinda Bisericii**, **Întâlnirile anuale cu tinerii din protopopiate**, la **Pelerinajul pedestru Pe urmele sfinților nemțeni**, și la **Seminariile de comunicare și de lucru în echipă**. Organizarea **Întâlnirii tinerilor ortodocși din Moldova** a adus împreună **1500 de tineri** din eparhiile Mitropoliei Moldovei și Bucovinei, din Mitropolia Basarabiei și din Ucraina. Activitatea liturgică a fost marcată prin săvârșirea în zone misionare a **20 de Sfinte Liturghii** și prin săvârșirea săptămânală a **Sfintei Liturghii în cinci biserici din Iași**. Anul acesta s-a lansat un concurs de proiecte adresat tinerilor cu un buget de **113.000 lei**. Prin **Proiectul de burse Investește în România! Investește în Educație**, au primit burse **231 tineri** în valoare totală de **127.300 de euro**. În plan misionar și mediatic menționăm: **45 de emisiuni Tineri către Tineri** la Radio Trinitas; **peste 15 intervenții** în emisiuni difuzate pe canale locale și naționale; s-au susținut **40 de cateheze**.

**Departamentul Pro Vita** a continuat proiectele: **Luna pentru viață** (organizarea marșului în **19 localități** cu peste **14.000 de participanți**), **Festivalul Familiei** (peste **7.000 de participanți**), **Dar pentru Copii** (s-a finalizat construcția și s-a amenajat mansarda unei case pentru o familie cu nouă copii – cu investiții de **119.295 lei**), **Susținere la studii a copiilor din familii numeroase** (**100 de burse de 300 lei/ lună**), **Scrisori către Moș Crăciun** (daruri în valoare de **81.200 lei**), **Cu dragoste pentru mame**, la care au fost invitate 30 mame cu mulți copii, **Programul „Praesidio”** pentru femeile însărcinate aflate în dificultate (29 de mame au renunțat la avort, s-au desfășurat 63 ore de terapie pentru mame, familii și copii și 156 ore de consiliere pentru 60 de femei însărcinate în vederea păstrării sarcinii).



## Iașilor în anul 2025

A fost implementat atelierul „*Creștem cu fiecare poveste*”, la care au participat 1.000 copii din județul Iași.

La solicitarea eparhiilor din **Mitropolia Basarabiei**, prin **Departamentul Colaborări misionare**, Arhiepiscopia Iașilor a sprijinit: participarea unor delegații de preoți basarabeni la sărbătoarea Sfântului Iosif cel Milostiv și a Sfintei Cuvioase Parascheva; continuarea proiectului înfrăirilor între protopopiate/ parohii din Eparhia Iașilor și protopopiate/ parohii din Mitropolia Basarabiei; **sustinerea financiară a 26 de pelerinaje** în Eparhia Iașilor și a 62 tineri basarabeni pentru participarea la ITOM Iași. Sprijinul material oferit creștinilor ortodocși din **Episcopia de Arusha și Tanzania Centrală** a fost de **59.416 euro**.

Prin **Departamentul Minorități** s-au organizat în **opt parohii „Tabăra Bucuriei”**, la care au participat **peste 600 de copii și tineri** și au fost oferite burse pentru trei tineri de etnie rromă.

**Departamentul de Consiliere și tratare a persoanelor afectate de adicții** a continuat activitățile de prevenție în școli și licee, ședințele de consiliere individuală/ grup și susținerea cursurilor de formare. În luna februarie s-a înființat Centrul de recuperare a persoanelor afectate de adicții „Sfânta Cuvioasă Parascheva”, în cadrul Protopopiatului 2 Iași, iar în luna noiembrie a fost sfințit Centrul Ortodox de Recuperare din Adicții (CORA) „Sfântul Vasile cel Mare” – Tătărași. Centrele de recuperare a persoanelor afectate de adicții „Sfântul Apostol Andrei” din Botoșani și „Sfântul Gherasim din Kefalonia” din Piatra Neamț au oferit servicii de consiliere individuală pentru 124 de beneficiari și au susținut 15 sesiuni de prevenție.

**Societatea Ortodoxă a Femeilor Române (SOFR)** – filiala Iași a organizat conferințe, campanii filantropice, ateliere de creație și de cusături tradiționale și a întărit relațiile de colaborare cu alte asociații de profil.

**Centrul de formare și consiliere „Sfinții Arhangheli Mihail și Gavriil”** a organizat conferințe și ateliere în format fizic și online, peste 3.700 de persoane beneficiind de consiliere și orientare.

(*Va urma*)



Tabără de o zi în parcul bisericii Toma Cozma

## Pavecernița Mare din întâia săptămână a postului, aspecte tipiconale

Am început Postul Mare, singura perioadă de ajunare din anul bisericesc a cărei rânduială este reglementată de o carte specifică, numită Triod. Parcurgând vremea Păresimilor, nu facem decât să ne înscriem la cursurile unei școli duhovnicești, învățând să iertăm, să fim milostivi, dar și ce înseamnă pocăința și smerenia, străduind-ne să le și experiem în propria noastră existență. Pe lângă aspectul alimentar, postul deplin ne îndeamnă la luptă duhovnicească, la sporirea rugăciunii, la citirea Sfintei Scripturi, a Sfinților Părinți, la pelerinaje religioase, la cercetarea mai deasă a duhovnicilor și părinților îmbunătățiți, spre tămăduirea de tot ce ne subjugă și ne robește inima, îndepărtându-ne de Dumnezeu și de scopul ultim al viețuirii noastre pământene: mântuirea. De aceea, viața noastră duhovnicească se desfășoară acum – dar nu numai acum – sub semnul pocăinței (metañoiei).

În general, toate cărțile liturgice atestă importanța acestei virtuți, însă Triodul (cartea de cult care cuprinde cântările, citirile și regulile tipiconale din Postul Mare) îi este consacrat aproape în totalitate. Nicio altă carte liturgică nu acordă câinței un loc atât de mare și nu o dezvoltă cu o diversitate atât de bogată.

Între slujbele specifice Sfântului și Marelui Post, Pavecernița Mare aduce un plus de înțelegere a ceea ce înseamnă pocăința și rolul ei în lucrarea virtuților, fiind săvârșită în toate zilele Păresimilor, afară de zilele de sâmbătă și duminică, când se citește Pavecernița Mică; miercuri și vineri în săptămâna a cincea a postului; miercuri, joi și vineri în Săptămâna Sfințelor Pătimiri).

Pronunțatul caracter penitențial al Pavecerniței Mari este dat, în prima săptămână din post, mai ales de citirea Canonului Sfântului Andrei Criteanul, în primele patru zile. Pe lângă impresionantul imn liturgic, o veritabilă o meditație biblică, dar și o stăruitoare rugăciune de pocăință, celelalte citiri și cântări din rânduiala slujbei amintite au același caracter penitențial, deșteptând în sufletele participanților o pocăință sinceră, rourată de nădejdea iertării și a reprimirii în casa Tatălui Ceresc, asemenea fiului risipitor din cunoscuta pildă evanghelică. Sfântul Simeon al Tesalonicului precizează că Pavecernița Mare se compune „din psalmi, rugăciuni de străpungere și mărturisire, din cereri de iertare și ispășire și pentru ca să petrecem noaptea cu pace”.

Ritualul Pavecerniței Mari din prima săptămână de post a fost considerabil prelungit prin introducerea lecturii Canonului Sfântului Andrei Criteanul, ajutându-i pe cei prezenți să pătrundă în atmosfera unei privegheri prelungite, specifice, ce-i drept, lumii monahale.

*Arhimandritul Mihail Daniliuc, doxologia.ro*

Publicație editată de Parohia TOMA COZMA,  
ISSN 2067 - 8274  
Str. Toma Cozma, nr. 41, cod poștal 700 554, Iași,  
tel/fax: 0232 211 273  
Preot paroh Mihai Mărgineanu, tel. 0742 044 844  
(Coordonator principal)  
Preot coslujitor Florin Aurel Călugăru, tel. 0752 900 697

### **Voluntari:**

\*Relații Publice: tel. 0741 706 602, Vasilica Onofrei  
\*Administratori site parohie/pagină facebook:  
Costel Dumitru, Alexandru Losonczy, Vasilica Onofrei  
\* Alte activități: Valentin Burlacu  
www.parohiatomacozma.ro,  
parohiatomacozma@gmail.com

**Se distribuie prin pangarul parohiei. Pentru susținerea acestei publicații, dar și pentru activitățile culturale și filantropice ale parohiei, primim donații în contul IBAN RO95 BTRL RONC RT06 6735 6201, Banca Transilvania, CIF: 11198095.**

Vizitați-ne pe

facebook



Biserica Toma Cozma

## Program liturgic la Biserica Toma Cozma

### • **Duminică, 22 februarie**

- 08:00 Utrenia, Sfânta și Dumnezeiasca Liturghie  
Sf. Ioan Gură de Aur  
- 17:00 Paraclisul Maicii Domnului  
\* Taina Sfintei Spovedanii, pentru cei care doresc

### • **Luni, 23 februarie**

-17:00 Slujba Pavcerniței și Canonul cel Mare,  
partea 1

### • **Mărti, 24 februarie**

- 17:00 Slujba Pavcerniței și Canonul cel Mare,  
partea a 2-a

### • **Miercuri, 25 februarie**

-17:00 Slujba Pavcerniței și Canonul cel Mare,  
partea a 3-a

### • **Joi, 26 februarie**

-17:00 Slujba Pavcerniței și Canonul cel Mare,  
partea a 4-a

### • **Vineri, 27 februarie,**

- 17:00 Taina Sfântului Maslu

### • **Sâmbătă, 28 februarie,**

-7.00 Utrenia, Sfânta și Dumnezeiasca Liturghie,  
urmată de Pomenirea morților

- 17.00 Slujba Vecerniei

\* După fiecare slujbă de seară, cei care doresc se pot spovedi

## SUNT ÎNCĂ ÎN VIAȚĂ!

Un discurs al unui pensionar la un eveniment pentru pensionari

La un eveniment la care au fost prezenți și mulți pensionari, pe scenă a urcat un bărbat în vârstă, care s-a sprijinit de un băț iar apoi s-a îndreptat să se așeze liniștit la locul lui.

Moderatorul l-a întrebat:

— Mergieți des la doctor?

Bătrânul a răspuns:

— Da, foarte des!

— Și de ce? Moderatorul a fost interesat.

Bătrânul a zâmbit și a spus:

— Pentru că pacienții trebuie să meargă la medic, ca doctorul să traiască!

Publicul a izbucnit în râs și a aplaudat răspunsul său plin de spirit.

Apoi moderatorul a întrebat:

— Și după aceea vă duceți la farmacie?

-Bineînțeles, a răspuns bătrânul și farmacistul vrea să trăiască!

Aplauzele și râsetele din sală au devenit și mai tari.

— Și iei medicamentele pe care ți le dă farmacistul? A continuat moderatorul.

-Nu, deseori le arunc, recunosc bătrânul, că și eu vreau să rămân în viață!

Sala a explodat de râsete și aplauze.

La finalul discursului său, moderatorul a spus:

— Vă mulțumim că ați venit la această întâlnire!

Bătrânul a răspuns:

— A fost plăcerea mea! Știu că și tu vrei să trăiești!

Din nou publicul a izbucnit în râs și aplauze.

Apoi moderatorul a pus o ultimă întrebare:

— Mai sunteți activ în grupuri WhatsApp?

— Da, din când în când trimit mesaje, răspunde bătrânul, că vreau să se știe că sunt în viață! Dacă mă opresc, vor crede că sunt mort, iar managerul grupului mă va șterge de acolo!

Se spune că această glumă bună a câștigat primul loc în clasamentul mondial pentru că toată lumea vrea să trăiască!

*Text primit prin poșta electronică*

**3,5%**  
**PENTRU**  
**BISERICA TOMA COZMA**